24.12.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ryż na mleku (II), Jajko (IV), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Pieczywo mieszane (I), Masło (II), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
-	
Jaja kurze całe	50g
Surówka z białej rzodkwi i marchwi	
Rzodkiewka	50g
Marchew	50g
Kefir, 2% tłuszczu	10g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata z cytryną	1g
Obiad: Żurek z ziemniakami (I,II,III), Makaron z serem (I,II,IV), Kompot	
Żurek z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	10g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	10g
Mąka pszenna	10g
Ziemniaki	100g
Sól	1g
Makaron z serem	
Makaron czterojajeczny	70g
Margaryna mleczna	10g
Cukier	5g
Ser twarogowy	60g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja Wigilijna: Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Ryba panierowana (smażenie) (I,IV), Surówka z kiszonej kapusty, Ziemniaki z koperkiem(II), Kompot	
Barszcz czerwony z ziemniakami	
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	2g
Ziemniaki	200g
Mąka pszenna	10g
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	10g
Burak	100g
Ryba panierowana	

Morszczuk, świeży	130g
Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	15g
Jaja kurze całe	10g
Bułka tarta	30g
Surówka z kiszonej kapusty	
Kapusta kwaszona	130g
Marchew	10g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	350g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól	1g
Kompot b/c	
Mieszanka owocowa	15g
II Kolacja: Kanapka z serkiem topionym (I,II)	
Kanapka z serkiem topionym	
Ser topiony	17,5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2267,48
Białko [g]	95,97
Tłuszcze [g]	74,19
Węglowodany ogółem [g]	316,16
Błonnik [g]	29,92
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	22,11
Glukoza [g]	4,03
Fruktoza [g]	3,62
Sacharoza [g]	15,49
Laktoza [g]	14,27
Sód [mg]	1 802,36
Sól dodana [g]	2,00
Mieszanka przypraw w zmiennych proporcjach.	
Zawartość soli wynika również z obecności naturalnie występującego sodu.	
Monitoring potraw przeprowadza dietetyk na miejscu i dokumentuje w "Arkuszu oceny organoleptycznej posiłków", który znajduje się w Sekcji Żywienia SP ZOZ Myślenice.	
Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami znajduje się u Kierownika Sekcji Żywienia.	
Alergeny /legenda/: I. gluten, II. mleko i produkty pochodne, III. seler, IV. jaja, V. ryby, VI. gorczyca, VII. soja, VIII. sezam, IX. orzechy, X. łubin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki	